

VIGYANA BHAIRAVA TANTRA
OSHO

Bab 35. Mengarah Ke Dalam Menuju Yang Nyata
Chapter 35. Turning Inward Toward The Real

24 Februari 1973 pm di Woodlands, Bombay

OH ENKKAU YANG BERMATA TERATAI, YANG SENTUHANMU INDAH*, KETIKA MENYANYI, MELIHAT, MENCICIPI, SADARILAH ENKKAU ADA DAN TEMUKAN YANG SELALU HIDUP.

DI MANA PUN KEPUASAN DITEMUKAN, DALAM TINDAKAN APA PUN, WUJUDKAN KESADARAN INI.

DI SAAT TIDUR, KETIKA TIDUR BELUM DATANG DAN RASA TERJAGA DI LUAR MENGHILANG, DI TITIK INI KEBERADAAN TERUNGKAP.

ILUSI-ILUSI MENIPU, WARNA-WARNA MEMBATASI, BAHKAN YANG TERBAGI-BAGI ITU TAK TERPISAHKAN.

(*kalimat mesra Siwa kepada Dewi Parwati)

OH LOTUS-EYED ONE, SWEET OF TOUCH, WHEN SINGING, SEEING, TASTING, BE AWARE YOU ARE AND DISCOVER THE EVER-LIVING.

WHEREVER SATISFACTION IS FOUND, IN WHATEVER ACT, ACTUALIZE THIS.

AT THE POINT OF SLEEP, WHEN THE SLEEP HAS NOT YET COME AND THE EXTERNAL WAKEFULNESS VANISHES, AT THIS POINT BEING IS REVEALED.

ILLUSIONS DECEIVE, COLORS CIRCUMSCRIBE, EVEN DIVISIBLES ARE INDIVISIBLE.

Peradaban adalah pelatihan bagaimana cara menjadi tidak nyata. Tantra adalah proses sebaliknya – bagaimana cara mencegah dirimu dari menjadi tidak nyata, dan jika engkau telah menjadi nyata, bagaimana cara menyentuh realita (kenyataan,

Bab 35. Mengarah Ke Dalam Menuju Yang Nyata

kesejatian) yang tersembunyi dalam dirimu, bagaimana cara menghubunginya lagi, bagaimana cara menjadi nyata lagi. Hal pertama yang perlu dipahami adalah bagaimana kita terus menjadi tidak nyata, dan sekali proses ini dipahami banyak hal segera berubah. Pemahaman ini menjadi mutasi, menjadi perubahan.

Manusia terlahir tak terbagi. Dia bukan tubuh atau pikiran. Ia terlahir tak terbagi, sebagai satu individu. Dia adalah keduanya tubuh dan pikiran. Bahkan untuk mengatakan bahwa ia adalah keduanya itu salah. Dia adalah tubuh-pikiran. Tubuh dan pikiran adalah dua aspek dari keberadaannya, bukan dua pembagian - dua kutub dari sesuatu yang dapat kita sebut sebagai kehidupan, energi atau apa pun - X, Y, Z - tapi tubuh dan pikiran bukanlah dua hal.

Proses dari peradaban, pendidikan, budaya, pengkondisian, dimulai dengan pembagian. Semua orang diajarkan bahwa ia adalah dua, bukan satu, dan kemudian, tentu saja, orang mulai menjadi teridentifikasi dengan pikiran dan tidak dengan tubuh. Proses berpikir menjadi pusatmu dan proses berpikir hanyalah lingkaran luarnya. Itu bukan pusatnya karena engkau bisa ada tanpa berpikir (*thinking*). Begitu engkau ada tanpa berpikir: berpikir bukanlah satu keharusan untuk hidup. Jika engkau melangkah jauh ke dalam meditasi ENKKAU akan ada, dan tidak akan ada proses berfikir (*thinking*). Jika engkau menjadi sadar ENKKAU akan ada, tapi tidak akan ada proses pikir. Masuk ke tidur yang dalam ENKKAU akan ada, tapi tidak akan ada proses berpikir, proses piker (*thinking*). Berpikir itu hanya di lingkaran luarnya saja; keberadaanmu ada di tempat lain - lebih dalam daripada berpikir. Tapi engkau diajarkan terus menerus bahwa engkau adalah dua, tubuh dan pikiran, dan bahwa, sungguh, engkau adalah pikiran dan engkau memiliki tubuh. Pikiran menjadi tuan dan tubuh menjadi budak, dan engkau terus berjuang melawan tubuh. Hal ini menciptakan keretakan, kesenjangan, dan kesenjangan itu adalah masalahnya. Semua penyakit jiwa lahir dari kesenjangan itu; semua kecemasan lahir dari kesenjangan itu.

Keberadaanmu berakar di dalam tubuhmu, dan tubuhmu bukan hanya sesuatu yang terpisah dari keberadaan/kehidupan. Ia adalah bagian darinya. Tubuhmu adalah seluruh alam semesta. Itu bukan sesuatu yang sempit, terbatas. Engkau mungkin belum pernah mengamatinya, tetapi cobalah untuk mengamati di mana sesungguhnya tubuhmu berakhir (berujung, batas dari tubuh) – di mana! Apakah engkau berpikir bahwa tubuhmu berujung di mana kulitmu berakhir?

Jika matahari yang begitu jauhnya seketika padam, segera engkau akan mati di sini. Jika sinar matahari berhenti datang, engkau tidak akan ada lagi di sini. Tubuhmu tidak bisa ada tanpa matahari yang berada di sana begitu jauhnya. Matahari dan engkau entah bagaimana sangat terkait. Matahari harus disertakan dalam tubuhmu; jika tidak

engkau tidak bisa ada. Engkau adalah bagian dari sinarnya.

Di pagi hari engkau melihat bunga-bunga mekar: mekarnya mereka adalah sesungguhnya terbitnya matahari. Pada malam hari mereka akan menutup: menutupnya mereka adalah terbenamnya matahari. Mereka hanyalah sinar yang tersebar. Engkau ada di sini karena di sana yang begitu jauhnya, matahari ada. Kulitmu bukan benar-benar kulitmu. Kulitmu terus meluas; bahkan matahari juga termasuk. Engkau bernapas: engkau bisa bernafas karena udara ada, atmosfer ada di sana. Setiap saat engkau mengeluarkan dan menghirup atmosfer masuk dan keluar.

Jika untuk satu momen tidak ada udara, engkau akan mati. Napasmu adalah hidupmu. Jika napasmu adalah hidupmu, maka seluruh atmosfer adalah bagian darimu. Engkau tidak bisa ada tanpa itu. Jadi di mana tubuhmu benar-benar berujung? Di mana batasnya? Tidak ada batasnya! Jika engkau amati, jika engkau melangkah masuk ke dalam, engkau akan menemukan di sana tidak ada batasnya. Atau, batas alam semesta adalah batas tubuhmu. Seluruh alam semesta melebur di dalam dirimu, sehingga tubuhmu tidak hanya tubuhmu; tubuh adalah semestamu dan engkau berakar padanya. Pikiranmu juga tidak bisa ada tanpa tubuh. Pikiran adalah bagian darinya, satu proses darinya.

Pembagian itu merusak, dan dengan pembagian engkau terikat untuk menjadi teridentifikasi dengan pikiran. Engkau berpikir, dan tanpa berpikir maka tidak ada pembagian. Engkau berpikir, dan engkau menjadi teridentifikasi dengan pemikiranmu. Kemudian engkau merasa seolah-olah engkau memiliki tubuh. Ini adalah pembalikan sepenuhnya dari kebenaran. Engkau tidak memiliki tubuh; tubuh juga tidak memilikimu. Mereka bukan dua hal yang berbeda. Keberadaanmu adalah satu, harmoni yang mendalam dari kutub-kutub yang berlawanan. Tapi kutub-kutub yang berlawanan tidak terbagi, tidak terpisah, mereka bergabung bersama-sama. Hanya dengan begitu mereka dapat menjadi kutub yang berlawanan. Dan berlawanan itu baik. Ini memberikan tantangan, memberikan stamina, itu menciptakan energi. Hal ini dialektis.

Jika engkau benar-benar satu, tanpa kutub yang berlawanan di dalam, engkau akan mejadi bosan dan mati. Kedua kutub yang berlawanan ini, tubuh dan pikiran, memberikanmu kehidupan. Mereka berlawanan dan pada saat yang sama saling melengkapi - dan pada dasarnya dan pada akhirnya adalah satu. Satu aliran energi mengalir di keduanya. Tapi setelah kita teridentifikasi dengan proses berpikir, kita berpikir bahwa kita berpusat di kepala. Jika kakimu dipotong, engkau tidak akan merasa bahwa ENGKAU yang dipotong. Engkau akan mengatakan, "Kakiku

dipotong." Tapi jika kepalamu dipotong, ENGKAU yang dipotong. Engkau dibunuh.

Jika engkau menutup matamu untuk merasakan di mana engkau berada, segera engkau akan merasa engkau berada di kepalamu. Engkau tidak ada di sana - karena ketika untuk saat pertama engkau memasuki kehidupan dalam rahim ibumu, ketika atom pria dan wanita bertemu, di sana tidak ada kepala. Tapi hidup dimulai. Engkau berada di sana, dan di sana tidak ada kepala. Dalam pertemuan pertama dari dua sel yang hidup, engkau diciptakan. Kepala datang belakangan, tapi keberadaanmu ada di sana. Di manakah keberadaan itu? Ia bukan di kepalamu. Sesungguhnya, ia tidak di mana-mana - atau di mana-mana di dalam tubuhmu. Ia tidak di mana-mana; engkau tidak bisa menunjukkan di mana dia. Dan saat engkau menunjukkan hal itu engkau salah mengerti. Ia ada di mana-mana. Kehidupanmu ada di mana-mana, ia tersebar di seluruh dirimu. Dan tidak hanya di seluruh dirimu; jika engkau mengikutinya, engkau akan harus pergi ke ujung alam semesta. Ia ada di mana-mana!

Dengan identifikasi bahwa "aku adalah pikiranku," semuanya menjadi palsu. Engkau menjadi tidak nyata karena identitas ini adalah palsu. Identitas palsu ini harus dipatahkan. Teknik-teknik Tantra adalah untuk merobohkan identitas ini. Upaya tantra adalah untuk membuatmu tanpa kepala, tidak terpusat, di mana-mana atau tidak di mana pun. Dan mengapa umat manusia, mengapa manusia menjadi palsu dan tidak nyata dengan pikiran? Karena pikiran adalah sebuah fenomena sekunder (bukan yang utama, yang muncul karena yang utama ada) - sebuah proses yang diperlukan, berguna, tapi sekunder; suatu proses yang terdiri dari kata-kata, bukan dari kenyataan. Kata 'cinta' itu bukan cinta, kata 'tuhan' itu bukan Tuhan. Tapi pikiran terdiri dari kata-kata, dari proses verbal, dan kemudian cinta itu sendiri menjadi kurang penting dibandingkan dengan kata 'cinta'. Untuk pikiran, kata tersebut lebih penting. Tuhan menjadi kurang penting dibandingkan kata 'Tuhan'. Untuk pikiran itu demikian. Kata menjadi lebih berarti, penting. Mereka menjadi utama, primer, dan kita mulai hidup dalam kata kata. Dan semakin engkau tinggal dalam kata-kata, engkau menjadi semakin dangkal, dan engkau akan terus melewatkan kenyataan yang bukan kata-kata. Kenyataan adalah keber-ada-an.

Hidup di dalam pikiran adalah bagaikan seseorang yang tinggal di dalam cermin. Di malam hari, jika engkau pergi ke sebuah danau dan danau diam dan tidak ada riak-riak, danau menjadi cermin. Engkau dapat melihat bulan di danau, tapi bulan itu palsu - hanya bayangan. Bayangan itu berasal dari yang nyata, tapi bayangan itu tidak nyata. Pikiran hanyalah fenomena pencerminan. Yang nyata tercermin di dalamnya, tapi bayangannya itu tidak nyata. Dan jika engkau terjebak dalam bayangan, engkau akan melewatkan yang sepenuhnya nyata. Itulah sebabnya, dengan pikiran, dengan bayangan pikiran, semuanya bimbang. Gelombang ringan, angin kecil, akan

mengganggu pikiranmu. Yang nyata itu tidak terganggu, tapi pikiran terganggu oleh apa pun. Pikiran adalah fenomena pencerminan, dan kita hidup di dalam pikiran.

Tantra mengatakan turunlah. Turunlah dari takhtamu, turunlah dari kepalamu. Lupakan bayangan dan melangkah masuklah menuju kenyataan, menuju yang nyata. Semua teknik yang kita sedang bicarakan berhubungan dengan ini: bagaimana menjauh dari pikiran sehingga engkau dapat bergerak menuju ke-nyata-an. Sekarang kita akan membahas teknik-tekniknya.

Teknik pertama:

"OH ENKKAU YANG BERMATA TERATAI, YANG SENTUHANMU INDAH, KETIKA MENYANYI, MELIHAT, MENCICIPI, SADARILAH ENKKAU ADA DAN TEMUKAN YANG SELALU HIDUP"

Kita hidup, tapi kita tidak sadar bahwa kita ada atau bahwa kita sedang hidup. Tidak ada mengingat-diri. Engkau sedang makan atau engkau sedang mandi atau engkau sedang berjalan-jalan: engkau tidak menyadari bahwa engkau ada selagi engkau berjalan. Semuanya ada, hanya engkau tidak. Pohon-pohon, rumah-rumah, lalu lintasnya, semuanya ada. Engkau menyadari segala sesuatu di sekitarmu, tetapi engkau tidak menyadari keberadaan dirimu sendiri - bahwa engkau ada. Engkau mungkin menyadari seluruh dunia, tetapi jika engkau tidak menyadari dirimu, kesadaran itu palsu. Mengapa? Karena pikiranmu dapat mencerminkan (memantulkan) segala sesuatu, tetapi pikiranmu tidak dapat mencerminkan (memantulkan, menangkap) dirimu. Jika engkau menyadari dirimu sendiri, maka engkau telah melampaui pikiran.

Mengingat-dirimu sendiri tidak dapat tercermin (terpantul, tertangkap oleh cermin) dalam pikiranmu karena engkau berada di belakang pikiran. Pikiran dapat menangkap dan menterjemahkan hanya hal-hal yang ada di depannya. Engkau hanya bisa melihat orang lain, tetapi engkau tidak dapat melihat dirimu sendiri. Matamu bisa melihat semua orang, tapi matamu tidak bisa melihat matamu sendiri. Jika engkau ingin melihat dirimu sendiri engkau akan memerlukan cermin. Hanya dalam cermin engkau bisa melihat dirimu sendiri, tapi kemudian engkau akan harus berdiri di depan cermin. Jika pikiranmu adalah cermin, ia dapat menangkap bayangan seluruh dunia. Ia tidak dapat menangkap bayangan dirimu karena engkau tidak dapat berdiri di depannya. Engkau selalu ada di belakang, tersembunyi di balik cermin.

Teknik ini mengatakan saat melakukan apa pun - menyanyi, melihat, mencicipi - sadarilah bahwa engkau ada dan temukanlah yang selalu-hidup, dan temukanlah dalam dirimu sendiri arusnya, energinya, hidupnya, yang selalu-hidup. Tapi kita tidak

menyadari diri kita sendiri.

Gurdjieff dulu menggunakan mengingat-diri sebagai satu teknik dasar di Barat. Mengingat-diri berasal dari sutra ini. Seluruh sistem dari Gurdjief didasarkan pada satu sutra ini. Ingatlah dirimu sendiri, apa pun yang engkau lakukan. Hal ini sangat sulit. Hal ini terlihat sangat mudah, tapi engkau akan terus melupakan ini. Bahkan selama tiga atau empat detik engkau tidak dapat mengingat dirimu. Engkau akan memiliki perasaan bahwa engkau sedang mengingat, dan tiba-tiba engkau akan sudah berpindah ke beberapa pemikiran lain. Bahkan dengan pikiran ini bahwa "Baiklah, aku sedang mengingat diriku," engkau akan telah melewatkannya, karena pikiran ini tidak sedang mengingat-diri. Dalam mengingat-diri tidak akan ada pikiran; engkau akan benar-benar kosong. Dan mengingat-diri bukanlah satu proses mental. Ini bukan seperti engkau mengatakan, "Ya, aku ada." Mengatakan "Ya, aku ada," engkau telah melewatkannya. Ini adalah hal pikiran, ini adalah proses mental: "Aku ada."

Rasakanlah "Aku ada," bukan kata-kata "Aku ada." Jangan mengucapkannya, rasakan saja bahwa engkau ada. Jangan berpikir, RASAKAN! Cobalah ini. Ini sulit, tetapi jika engkau terus berusaha itu akan terjadi. Selagi berjalan, ingatlah engkau ada, dan milikilah perasaan dari keberadaanmu, bukan dari pikiran apapun, bukan dari ide apa pun. Rasakan saja. Aku menyentuh tanganmu atau aku meletakkan tanganku di kepalamu: jangan ucapkan. Rasakan saja sentuhannya, dan dalam perasaan itu, rasakan tidak hanya sentuhannya, tetapi rasakan juga yang disentuh. Kemudian kesadaranmu menjadi panah-ganda (ke kedua arah).

Engkau sedang berjalan di bawah pohon: pohon-pohon ada di sana, angin ada di sana, matahari sedang terbit. Ini adalah dunia di sekitarmu; engkau menyadari hal itu. Berdiri sejenak dan tiba-tiba ingatlah bahwa engkau ada, tapi jangan mengucapkannya. Hanya merasa bahwa engkau ada. Perasaan tanpa kata-kata ini, bahkan jika hanya satu momen saja, akan memberikanmu kilasan (pengalaman sesaat atau realisasi singkat), kilasan yang tak dapat LSD berikan kepadamu, kilasan yang sesungguhnya. Untuk satu saat engkau dilempar kembali ke pusat dari keberadaanmu. Engkau berada di belakang cermin; engkau telah melampaui dunia pantulan; engkau ada dalam keberadaan. Dan engkau dapat melakukannya setiap saat. Ini tidak memerlukan tempat khusus atau waktu khusus. Dan engkau tidak bisa mengatakan, "Aku tidak punya waktu." Saat sedang makan engkau bisa melakukannya, saat sedang mandi engkau bisa melakukannya, saat sedang bergerak atau sedang duduk engkau dapat melakukannya - kapan saja. Tidak peduli apa yang sedang engkau lakukan, engkau dapat tiba-tiba mengingat dirimu sendiri, dan kemudian mencoba untuk melanjutkan kilasan keberadaanmu itu.

Ini akan menjadi sulit. Satu momen engkau akan merasa itu ada, momen berikutnya engkau akan sudah berpindah jauh. Beberapa pemikiran akan masuk, beberapa bayangan/pantulan akan datang kepadamu, dan engkau akan menjadi terlibat dalam bayangan itu. Tapi jangan sedih dan jangan kecewa. Hal ini demikian karena selama begitu banyak kehidupan kita telah menjadi terlibat dalam pantulan/bayangan. Ini telah menjadi mekanisme seperti robot. Seketika, otomatis, kita terlempar ke bayangan itu. Tetapi jika bahkan untuk satu momen engkau memiliki kilasan itu, itu cukup untuk awalnya. Dan mengapa itu cukup? Karena engkau tidak akan pernah mendapatkan dua momen bersama-sama. Hanya satu momen yang selalu denganmu. Dan jika engkau dapat memiliki satu kilasan untuk satu momen tunggal, engkau dapat tinggal di dalamnya. Hanya usaha yang diperlukan - usaha yang terus menerus diperlukan.

Satu momen tunggal diberikan kepadamu. Engkau tidak dapat memiliki dua momen bersama-sama, jadi jangan khawatir tentang dua momen bersama-sama. Engkau akan selalu mendapatkan hanya satu momen. Dan jika engkau dapat menyadari dalam satu momen, engkau dapat menyadarinya sepanjang hidupmu. Sekarang hanya usaha yang diperlukan, dan ini dapat dilakukan sepanjang hari. Setiap kali engkau ingat, ingatlah dirimu.

"OH ENKKAU YANG BERMATA TERATAI, YANG SENTUHANMU INDAH, KETIKA MENYANYI, MELIHAT, MENCICIPI, SADARILAH ENKKAU ADA DAN TEMUKAN YANG SELALU HIDUP :". Ketika sutra mengatakan "Sadarilah engkau ada", apa yang akan engkau lakukan? Akankah engkau ingat bahwa, "Namaku adalah Ram" atau "Yesus" atau sesuatu yang lain? Akankah engkau ingat bahwa engkau milik keluarga ini dan itu, memeluk agama dan tradisi ini dan itu? Memiliki negara, kasta dan keyakinan ini dan itu? Akankah engkau ingat bahwa engkau adalah seorang komunis atau Hindu atau Kristen? Apakah yang akan engkau ingat?

Sutra ini mengatakan sadari engkau ada; ia hanya mengatakan "engkau ada". Tidak ada nama yang diperlukan, tidak ada negara yang diperlukan. Biarkan ada keberadaan sederhana yang apa adanya di sana: engkau ada! Jadi jangan katakan kepada dirimu sendiri siapa engkau. Jangan menjawab itu, "aku adalah ini dan itu." Biarkan di sana ada keber-ada-an sederhana, bahwa engkau ada.

Tapi itu menjadi sulit karena kita tidak pernah mengingat keber-ada-an sederhana yang apa adanya. Kita selalu ingat sesuatu yang hanya label, bukan keber-ada-an itu sendiri. Setiap kali engkau berpikir tentang dirimu, engkau berpikir tentang namamu, agamamu, negaramu, banyak hal, tetapi tidak pernah keber-ada-an sederhana yang

apa adanya bahwa engkau ada.

Engkau dapat berlatih ini: santailah di kursi atau duduklah saja di bawah pohon, lupakan semuanya dan rasakan "engkau-ada" ini. Tidak ada orang Kristen, tidak ada orang Hindu, tidak ada orang Buddha, tidak ada orang India, tidak ada orang Inggris, tidak ada orang Jerman - hanya, engkau ada. Milikilah perasaan itu, dan kemudian akan mudah bagimu untuk mengingat apa yang dikatakan sutra ini: "SADARILAH ENGKAU ADA DAN TEMUKAN YANG SELALU HIDUP." Dan saat engkau menyadari bahwa engkau ada, engkau terlempar ke dalam arus dari yang maha hidup, yang selalu hidup. Yang palsu akan mati; hanya yang nyata yang akan tetap ada.

Itulah mengapa kita begitu takut akan kematian: karena yang tidak nyata akan mati. Yang tidak nyata tidak bisa ada selamanya, dan kita melekat pada yang tidak nyata, teridentifikasi dengan yang tidak nyata. Engkau sebagai orang Hindu akan harus mati; engkau sebagai Rama atau Krishna akan harus mati; engkau sebagai seorang komunis, sebagai seorang atheis, sebagai theis, akan harus mati; engkau sebagai nama dan bentuk akan harus mati. Dan jika engkau melekat pada nama dan bentuk, tentu saja ketakutan akan kematian akan datang kepadamu, tapi yang nyata, yang mendasar/eksistensial, dasar di dalam dirimu, adalah abadi. Begitu bentuk dan namanya terlupakan, setelah engkau melihat ke dalam yang tak bernama dan tak berbentuk, engkau telah berpindah ke yang abadi.

"SADARILAH ENGKAU ADA DAN TEMUKAN YANG SELALU HIDUP": Teknik ini adalah salah satu yang paling membantu, dan ini telah digunakan selama ribuan tahun oleh banyak guru, banyak master. Buddha telah menggunakannya, Mahavira telah menggunakannya, Yesus telah menggunakannya, dan di zaman modern Gurdjieff telah menggunakannya. Di antara semua teknik, ini adalah salah satu yang paling potensial. Cobalah. Ini akan memakan waktu; beberapa bulan akan berlalu.

Ketika Ouspensky belajar pada Gurdjieff, selama tiga bulan ia harus banyak berusaha, usaha yang sulit, dalam rangka untuk memiliki satu kilasan tentang apakah mengingat-diri itu. Jadi secara terus menerus, selama tiga bulan, Ouspensky tinggal di dalam sebuah rumah yang terpencil hanya untuk melakukan satu hal – mengingat diri. Tiga puluh orang memulai percobaan itu, dan pada akhir minggu pertama dua puluh tujuh orang telah melarikan diri; hanya tiga orang yang bertahan. Sepanjang hari mereka mencoba untuk mengingat - tidak melakukan apa-apa lagi, hanya mengingat bahwa "aku ada." Dua puluh tujuh orang merasa mereka akan menjadi gila. Mereka merasa bahwa sekarang kegilaan itu sudah dekat, jadi mereka melarikan diri. Mereka tidak pernah kembali; mereka tidak pernah bertemu Gurdjieff lagi.

Mengapa? Seperti kita saat ini, sungguh, kita ini gila. Tidak ingat siapakah kita, apakah kita, kita gila, tapi kegilaan ini dianggap sebagai kewarasan. Begitu engkau mencoba untuk kembali, begitu engkau mencoba untuk terhubung dengan yang nyata, itu akan terlihat seperti kegilaan, itu akan terlihat seperti ketidakwarasan. Dibandingkan dengan apa kita saat ini, itu justru sebaliknya, lawannya. Jika engkau merasa bahwa ini adalah kewarasan, itu akan terlihat seperti ketidakwarasan.

Tapi tiga orang bertahan. Salah satu dari tiga orang itu adalah P. D. Ouspensky. Selama tiga bulan mereka bertahan. Hanya setelah bulan pertama mereka mulai mengalami kilasan dari keberadaan sederhana - dari "Aku ada." Setelah bulan kedua, bahkan "Aku"nya lenyap, dan mereka mulai memiliki kilasan dari "ke-ada-an" – dari hanya keber-ada-an, bahkan bukan dari "Aku", karena "Aku" juga label. Keber-ada-an murni itu bukan "aku" dan "engkau"; itu hanya ada.

Dan pada bulan ketiga bahkan perasaan dari "ada" lenyap karena perasaan dari ada itu masih berupa satu kata. Bahkan kata itu lenyap. Maka engkau ada, dan kemudian engkau tahu apakah engkau. Sebelum momen itu datang engkau tidak bisa bertanya, "Siapakah aku?" Atau engkau bisa terus bertanya tanpa henti, "Siapakah aku?", terus saja bertanya, "Siapakah aku? Siapakah aku?", dan semua jawaban yang akan diberikan oleh pikiran akan terasa palsu, tidak relevan. Engkau terus bertanya, "Siapakah aku? Siapakah aku? Siapakah aku?" dan satu titik sampai di mana engkau tidak dapat lagi menanyakan itu. Semua jawaban jatuh, dan kemudian pertanyaan itu sendiri rontok dan menghilang. Dan bahkan ketika pertanyaan, "Siapakah aku?" menghilang, engkau mengetahui siapa dirimu.

Gurdjieff mencoba dari salah satu sudut: cobalah saja untuk mengingat engkau ada. Ramana Maharshi mencoba dari sudut yang lain. Dia menjadikan itu sebuah meditasi untuk bertanya, untuk menanyakan, "Siapakah aku?" Dan jangan percaya pada jawaban apa pun yang dapat diberikan oleh pikiranmu. Pikiran akan berkata, "Omong kosong apa yang engkau tanyakan? Engkau adalah ini, engkau adalah itu, engkau adalah seorang pria, engkau adalah seorang wanita, engkau berpendidikan atau tidak berpendidikan, kaya atau miskin." Pikiran akan menyediakan jawaban, tapi teruslah bertanya. Jangan menerima jawaban apa pun karena semua jawaban yang diberikan oleh pikiran adalah palsu. Jawaban-jawaban itu datang dari bagian yang tak nyata darimu. Jawaban-jawaban itu berasal dari kata-kata, mereka datang dari kitab suci, mereka datang dari pengkondisian, mereka datang dari masyarakat, mereka datang dari orang lain. Teruslah bertanya. Biarkan panah ini "Siapakah aku?" menembus lebih dalam dan semakin dalam. Satu momen akan datang ketika tidak ada jawaban yang datang.

Itu adalah saat yang tepat. Sekarang engkau sedang mendekati jawabannya. Ketika tidak ada jawaban datang, engkau dekat dengan jawabannya karena pikiran menjadi diam - atau engkau telah pergi jauh dari pikiran. Ketika di sana tidak ada jawaban dan satu kekosongan/kehampaan akan diciptakan di sekitarmu, pertanyaanmu akan terlihat tidak masuk akal. Kepada siapa engkau bertanya? Tidak ada seorang pun yang menjawabmu. Tiba-tiba, bahkan pertanyaanmu akan berhenti. Dengan mempertanyakan ini, bagian terakhir dari pikiran telah lenyap karena pertanyaan ini juga adalah dari pikiran. Jawaban-jawaban itu dari pikiran dan pertanyaan ini juga dari pikiran. Keduanya telah lenyap, jadi sekarang ENKKAU ADA.

Cobalah ini. Ada setiap kemungkinan, jika engkau bertahan, bahwa teknik ini dapat memberikanmu kilasan dari yang nyata – dan yang nyata adalah yang selalu hidup, yang Maha Hidup.

Teknik kedua:

"DI MANA PUN KEPUASAN DITEMUKAN, DALAM TINDAKAN APA PUN, WUJUDKANLAH INI."

Engkau merasa haus, sehingga engkau minum air. Sebuah kepuasan halus dicapai. Lupakan air, lupakan haus. Tinggallah dengan kepuasan halus yang engkau rasakan. Jadilah terisi dengan itu; hanya merasa puas.

Tapi pikiran manusia itu nakal. Ia hanya merasakan ketidakpuasan, ketidaksenangan. Ia tidak pernah merasakan kepuasan; tidak pernah merasa senang. Jika engkau tidak puas, engkau akan merasakannya dan engkau akan terisi olehnya. Ketika engkau haus, engkau merasakan itu: engkau terisi dengan haus; engkau merasakannya di tenggorokan. Jika haus itu tumbuh engkau merasakannya di seluruh tubuhmu, dan satu saat akan datang ketika itu bukan ENKKAU yang haus, engkau akan merasa bahwa engkau telah menjadi rasa haus itu. Jika engkau berada di gurun dan tidak ada harapan untuk mendapatkan air, engkau tidak akan merasa bahwa ENKKAU haus; engkau akan merasa bahwa engkau telah menjadi rasa haus.

Ketidakpuasan dirasakan, penderitaan dirasakan, rasa sakit dirasakan. Setiap kali engkau menderita, engkau menjadi penderitaan. Itulah sebabnya seluruh kehidupan menjadi neraka. Engkau tidak pernah merasa positif; engkau selalu merasa negatif. Hidup itu bukanlah penderitaan seperti yang telah kita buat; kesengsaraan hanyalah penafsiran kita. Seorang Buddha berbahagia di sini dan sekarang, dalam kehidupan ini. Seorang Krishna menari dan bermain seruling. Di dalam kehidupan di sini dan sekarang, di mana kita berada dalam penderitaan, Krishna menari. Hidup ini bukan kesengsaraan, juga bukan kebahagiaan. Kebahagiaan dan kesengsaraan adalah

penafsiran kita, sikap kita, pendekatan kita, bagaimana kita melihatnya. Ini adalah pikiranmu - bagaimana ia menerimanya.

Ingat, dan analisislah hidupmu sendiri. Apakah engkau pernah memperhitungkan saat-saat bahagia, senang, kepuasan, kilasan bahagia? Engkau tidak memperhitungkan itu, tetapi engkau telah memperhitungkan setiap rasa sakitmu, penderitaanmu, kesengsaraanmu, dan engkau terus mengumpulkannya. Engkau ada di dalam neraka yang terkumpul, dan ini adalah pilihanmu sendiri. Tidak ada orang lain yang memaksamu ke dalam neraka ini; ini adalah pilihanmu sendiri. Pikiran mengambil yang negatif, mengumpulkannya dan menjadi negatif itu sendiri. Dan lalu ini adalah kesengsaraan yang terus menerus. Semakin banyak hal negatif yang engkau miliki dalam pikiran, semakin negatif engkau menjadi, semakin banyak hal negatif yang terkumpul. Yang mirip menarik yang mirip, dan ini telah terjadi dalam banyak kehidupan. Engkau melewatkan segalanya karena pendekatan negatifmu.

Teknik ini memberikanmu pendekatan yang positif, pembalikan total dari pikiran biasa dan prosesnya. Di mana pun kepuasan ditemukan, dalam tindakan apapun, wujudkanlah itu, rasakan itu, jadilah satu dengannya. Jangan menganggapnya hanya sebagai fase yang lewat. Kepuasan bisa menjadi sekilas dari keberadaan positif yang lebih besar.

Semuanya hanyalah satu jendela. Jika engkau menjadi teridentifikasi dengan rasa sakit, engkau melihat dari jendela, dan jendela rasa sakit, dari penderitaan, terbuka hanya menuju neraka. Jika engkau adalah satu dengan momen yang memuaskan, momen yang membahagiakan, momen yang gembira, engkau sedang membuka jendela yang lain. Keber-ada-an adalah sama, tapi jendelamu berbeda.

Di mana pun kepuasan ditemukan, dalam tindakan apa pun, wujudkanlah itu - di mana pun! Tidak ada syarat: di mana pun! Engkau melihat seorang teman dan engkau merasa bahagia; engkau bertemu kekasihmu atau yang engkau cintai dan engkau merasa bahagia: wujudkan itu. Jadilah kebahagiaan pada saat itu, dan buatlah kebahagiaan itu menjadi satu pintu. Maka engkau sedang mengubah pikiran, dan engkau akan mulai mengumpulkan kebahagiaan. Pikiranmu akan menjadi positif, dan dunia yang sama akan terlihat berbeda.

Seorang pendeta Zen, Bokuju, dikisahkan telah mengatakan, "Dunia adalah sama, tetapi tidak ada yang sama karena pikiran berubah. Semuanya tetap sama, tapi tidak ada yang sama karena aku tidak sama."

Engkau terus mencoba untuk mengubah dunia, dan tidak peduli apa yang engkau

lakukan dunia akan tetap sama karena engkau tetap sama. Engkau bisa mendapatkan rumah yang lebih besar, engkau bisa mendapatkan mobil yang lebih besar, engkau bisa mendapatkan istri yang lebih cantik atau suami, tapi tidak ada yang akan berubah. Rumah yang lebih besar tidak akan lebih besar. Istri yang cantik atau suami tidak akan lebih indah. Mobil besar akan tetap lebih kecil karena engkau adalah sama. Pikiranmu, pendekatanmu, caramu melihat adalah sama. Engkau terus mengubah hal-hal tanpa mengubah dirimu sendiri. Jadi hanya orang yang sengsara meninggalkan gubuk dan pindah ke istana, tapi orang yang sengsara itu tetap sama. Dia menderita dalam sebuah gubuk; sekarang dia akan sengsara dalam sebuah istana. Kesengsaraan ini mungkin megah, tapi dia akan sengsara.

Engkau terus membawa penderitaanmu denganmu, dan ke mana pun engkau bergerak engkau akan bersama dengan dirimu sendiri. Jadi tidak ada perubahan luar yang pada dasarnya adalah sebuah perubahan; itu hanya penampilan. Engkau hanya merasa bahwa telah terjadi perubahan, tapi tidak ada perubahan. Hanya satu perubahan, hanya satu revolusi, hanya satu mutasi dapat terjadi, dan itu adalah jika pikiranmu berubah dari negatif ke positif. Jika pandanganmu terfokus pada kesengsaraan, engkau tinggal di neraka; jika pandanganmu berfokus pada kebahagiaan, neraka itu menjadi surga. Cobalah ini! Ini akan mengubah kualitas hidupmu.

Tapi engkau tertarik pada kuantitas. Engkau tertarik pada bagaimana untuk menjadi lebih kaya - dalam kuantitas, tidak dalam kualitas. Engkau dapat memiliki dua rumah dan dua mobil, rekening bank yang lebih besar, banyak hal. Kuantitas berubah: ia menjadi bertambah dan semakin banyak. Tapi kualitasmu tetap sama, dan kekayaan itu bukan dari benda-benda. Kekayaan adalah kualitas dari pikiranmu, dari hidupmu. Bahkan orang miskin bisa menjadi orang kaya sejauh itu menyangkut kualitas, dan bahkan orang kaya bisa menjadi orang miskin. Hampir selalu hal ini terjadi, karena orang yang peduli dengan hal-hal dan kuantitas benar-benar tidak sadar bahwa dimensi yang berbeda ada dalam dirinya - dimensi dari kualitas. Dan dimensi itu berubah hanya ketika pikiranmu positif.

Mulai besok pagi, selama sepanjang hari, ingatlah ini: setiap kali engkau merasakan sesuatu yang indah, memuaskan, sesuatu yang bahagia - dan ada banyak momen dalam satu hari dengan dua puluh empat jam – sadarilah itu. Ada banyak momen ketika surga begitu dekat denganmu, tetapi engkau begitu terikat dan terlibat dengan neraka sehingga engkau terus melewatkannya. Matahari terbit, bunga-bunga mekar, burung-burung bernyanyi dan angin berhembus melalui pohon-pohon. Ini semua terjadi! Seorang anak kecil melihat kepadamu dengan mata yang tak berdosa, dan perasaan bahagia yang halus memasukimu; atau seseorang tersenyum dan engkau

merasa bahagia.

Lihatlah di sekitar, dan cobalah untuk menemukan yang membahagiakan; isilah dirimu dengannya. Pada saat itu lupakanlah segalanya. Jadilah terisi dengan itu, rasakan kebahagiaan itu, dan biarkan itu terjadi kepada seluruh keber-ada-anmu. Jadilah satu dengan itu. Keharuman itu akan mengikutimu. Kebahagiaan akan terus bergema dalam dirimu sepanjang hari, dan gema itu, perasaan yang bergema, akan membantumu untuk menjadi lebih positif.

Ini sifatnya akumulatif. Jika engkau mulai di pagi hari, di malam hari engkau akan lebih terbuka untuk bintang-bintang, untuk bulan, untuk malam, untuk kegelapan. Lakukan selama dua puluh empat jam sebagai percobaan, hanya untuk mendapatkan perasaan seperti apa itu. Setelah engkau dapat merasakan bahwa yang positif membawamu ke dunia yang berbeda karena engkau menjadi berbeda, engkau tidak akan meninggalkannya. Seluruh penekanan akan berubah dari negatif ke positif. Kemudian engkau melihat dunia dengan cara baru yang berbeda.

Aku teringat akan satu anekdot. Salah satu murid Buddha berpamitan kepada gurunya. Nama murid itu Purnakashyapa. Dia bertanya kepada Buddha, "Ke mana aku akan pergi? Ke mana aku akan pergi untuk memberitakan pesanmu?"

Buddha berkata, "Engkau sendiri dapat memilih mau ke mana"

Jadi dia berkata, "Aku akan pergi ke sudut yang jauh dari Bihar" - Ini dikenal sebagai Sukha - "Aku akan pindah ke propinsi Sukha."

Buddha berkata, "Adalah lebih baik jika engkau mengubah pilihanmu karena orang-orang dari provinsi itu sangat kejam, brutal, bengal, dan tidak ada yang berani untuk pergi ke sana untuk mengajarkan mereka tanpa-kekerasan, cinta, kasih sayang. Jadi tolong ubahlah pilihanmu."

Tapi Purnakashyapa berkata, "Izinkanlah aku untuk pergi ke sana KARENA tidak seorang pun yang pernah pergi ke sana, dan seseorang harus ada di sana."

Buddha berkata, "Aku akan memberimu tiga pertanyaan sebelum aku mengijinkanmu pergi. Jika orang-orang dari propinsi itu menghina, merendahkanmu, apa yang akan engkau rasakan?"

Purnakashyapa berkata, "Aku akan merasa mereka adalah orang-orang yang sangat baik jika mereka hanya menghina. Maka mereka tidak memukulku. Mereka adalah

orang-orang yang baik; mereka bisa saja sudah memukulku."

Buddha berkata, "Lalu pertanyaan kedua: jika mereka mulai memukulimu, apa yang akan engkau rasakan?"

Purnakashyapa berkata, "Aku akan merasa mereka adalah orang-orang yang sangat baik. Mereka bisa saja sudah membunuhku, tetapi mereka hanya memukuliku."

Kemudian Buddha berkata, "Sekarang pertanyaan ketiga: jika mereka benar-benar membunuhmu hingga engkau mati, maka di saat ketika engkau sedang sekarat, apa yang akan engkau rasakan?"

Purnakashyapa berkata, "Aku akan berterima kasih kepadamu dan mereka. Jika mereka membunuh aku, mereka akan membebaskan aku dari kehidupan di mana banyak kesalahan yang mungkin terjadi. Mereka akan membebaskan aku sehingga aku akan merasa bersyukur. "

Maka Buddha berkata, "Sekarang engkau bisa pergi ke mana pun. Seluruh dunia adalah surga bagimu. Sekarang tidak ada masalah. Dunia adalah surga, sehingga engkau dapat pergi ke mana pun."

Dengan pikiran seperti ini, tidak ada yang salah dengan dunia. Dengan pikiranmu, tidak ada yang bisa benar. Dengan pikiran yang negatif, segala sesuatunya salah – bukan karena itu salah; suatu hal itu menjadi salah karena pikiran yang negatif hanya dapat melihat apa yang salah.

"DI MANA PUN KEPUASAN DITEMUKAN, DALAM TINDAKAN APA PUN, WUJUDKANLAH INI:" Ini adalah proses yang sangat halus, tapi juga sangat manis, dan semakin engkau meneruskan ke dalamnya, itu menjadi semakin manis. Engkau akan terisi dengan rasa manis dan keharuman yang baru. Carilah saja yang indah; lupakan yang buruk. Kemudian satu momen datang ketika yang buruk juga menjadi yang indah. Lihatlah saja kepada saat bahagia, dan satu saat datang ketika tidak ada yang dapat engkau sebut tidak bahagia. Maka tidak ada saat yang tidak bahagia. Pedulilah dengan yang membahagiakan, dan cepat atau lambat tidak akan ada penderitaan. Segala sesuatunya dibuat indah oleh satu pikiran yang positif.

Teknik ketiga:

"DI SAAT TIDUR, KETIKA TIDUR BELUM DATANG DAN RASA TERJAGA DI LUAR MENGHILANG, DI TITIK INI KEBERADAAN TERUNGKAP."

Ada beberapa titik balik dalam kesadaranmu. Pada titik-titik balik ini engkau berada lebih dekat kepada pusatmu daripada waktu-waktu yang lain. Engkau mengubah roda gigi mobil/persneling, dan setiap kali engkau mengubah gigi engkau melewati roda gigi netral. Roda gigi netral itu lebih dekat. Di pagi hari, ketika tidur sedang berakhir, menghilang, dan engkau merasa terjaga tapi belum bangun, hanya di titik tengahnya, engkau berada di roda gigi netral. Ada titik ketika engkau tidak tidur dan tidak terjaga, hanya di tengahnya. Maka engkau berada di roda gigi netral. Dari tidur ke bangun, kesadaranmu mengubah seluruh mekanismenya. Ia melompat dari satu mekanisme ke mekanisme yang lain. Antara dua mekanisme itu, tidak ada mekanisme; ada kesenjangan, ada jarak. Melalui kesenjangan itu engkau dapat memiliki kilasan dari keberadaanmu. Hal yang sama terjadi di malam hari ketika engkau sekali lagi sedang melompat dari mekanisme terjaga ke mekanisme tidurmu, dari kesadaranmu ke bawah sadar. Untuk satu momen tidak ada mekanisme, tidak ada cengkaman dari mekanisme itu padamu, karena engkau harus melompat dari yang satu ke yang lain. Antara keduanya jika engkau bisa terjaga, di antara keduanya jika engkau bisa menyadari, antara keduanya jika engkau dapat mengingat dirimu sendiri, engkau akan memiliki sekilas dari keberadaanmu yang nyata.

Bagaimana cara melakukannya? Selagi akan tidur, santailah. Tutuplah matamu, buatlah ruangan menjadi gelap. Tutuplah saja matamu dan mulailah menunggu. Tidur datang; tunggulah saja, jangan melakukan apa-apa, hanya menunggu! Tubuhmu sedang santai, tubuh menjadi berat: rasakan itu. Milikilah perasaan itu. Tidur memiliki mekanismenya sendiri, ia mulai bekerja. Kesadaran terjagamu sedang memudar. Ingat, karena momennya akan menjadi sangat halus dan momennya akan menjadi begitu singkat. Jika engkau melewatkannya, engkau kehilangan momennya. Ini bukan waktu yang sangat panjang - sebuah momen tunggal, celah yang sangat kecil, dan engkau akan berubah dari terjaga ke tidur. Tunggulah saja, sadari sepenuhnya. Teruslah menunggu. Ini akan memakan waktu. Dibutuhkan setidaknya tiga bulan. Hanya kemudian engkau satu hari nanti dapat memiliki kilasan dari momen yang persis ada di tengahnya. Jadi jangan terburu-buru. Engkau tidak bisa melakukannya sekarang; engkau tidak bisa melakukannya malam ini. Tapi engkau harus memulai dan engkau mungkin harus menunggu selama berbulan-bulan.

Biasanya, dalam waktu tiga bulan, satu hari itu terjadi. Hal ini terjadi setiap hari, tapi kesadaranmu dan menemukan celah itu tidak dapat direncanakan. Ini adalah satu kejadian. Engkau hanya terus menunggu, dan suatu hari nanti hal itu terjadi. Suatu hari, tiba-tiba engkau menyadari bahwa engkau tidak terjaga, dan juga tidak tidur - sebuah fenomena yang sangat aneh. Engkau bahkan mungkin menjadi takut karena engkau baru mengenal keduanya: engkau tahu ketika engkau tidur, engkau tahu ketika engkau terjaga. Tapi engkau tidak tahu satu titik ketiga di mana engkau berada ketika engkau bukan keduanya. Dampak pertama dari ini engkau mungkin menjadi

khawatir dan takut. Jangan takut dan jangan khawatir. Apa pun yang begitu baru, tidak diketahui sebelumnya, pasti memberikan ketakutan tertentu karena momen ini, ketika engkau akan mengalaminya lagi dan lagi, akan memberikanmu perasaan yang lain juga: bahwa engkau tidak hidup juga tidak mati, bukan ini maupun itu. Ini adalah sebuah jurang.

Kedua mekanisme ini adalah seperti dua buah bukit; engkau melompat dari satu puncak ke yang lain. Jika engkau diam di tengahnya engkau akan jatuh ke dalam jurang, dan jurang itu tanpa dasar: engkau terus jatuh, engkau terus jatuh. Para Sufi telah menggunakan teknik ini, dan sebelum mereka memberikan teknik ini kepada seorang pencari, mereka memberikan latihan lain juga, hanya untuk berjaga-jaga / sebagai perlindungan. Setiap kali teknik ini diberikan dalam sistem Sufi, sebelum itu praktek lain diberikan, dan itu adalah untuk membayangkan dengan mata tertutup bahwa engkau sedang jatuh ke dalam sebuah sumur - gelap, dalam dan tanpa dasar. Bayangkan saja jatuh ke dalam sumur - jatuh dan jatuh dan jatuh, selamanya jatuh. Tidak ada dasarnya, engkau tidak dapat mencapai ke bawah. Sekarang kejatuhan ini tidak bisa berhenti di mana saja. Engkau bisa berhenti; engkau dapat membuka matamu dan berkata engkau tidak lagi jatuh, tapi kejatuhan ini sendiri tidak bisa berhenti. Jika engkau melanjutkan, sumur itu tanpa dasar, dan itu akan semakin lama semakin gelap.

Dalam sistem Sufi, latihan sumur ini – latihan sumur tanpa dasar dan gelap ini - adalah untuk dipraktikkan pada awalnya. Itu baik, membantu. Jika engkau telah melatihnya dan engkau telah menyadari keindahan darinya, keheningannya, maka semakin dalam engkau pergi ke dalam sumur, maka engkau akan menjadi semakin hening. Dunia ditinggalkan begitu jauh, dan engkau merasa bahwa engkau telah pergi jauh, jauh, dan jauh. Keheningan bertumbuh dengan kegelapan, dan jauh di dalam sana tidak ada dasarnya. Rasa takut datang ke pikiranmu, tetapi engkau tahu bahwa ini hanyalah imajinasi sehingga engkau dapat meneruskannya.

Melalui latihan ini, engkau menjadi mampu melakukan teknik ini, dan kemudian, ketika engkau jatuh ke dalam sumur di antara terjaga dan tidur, itu bukan imajinasi; itu adalah fakta nyata. Dan itu tanpa dasar, jurang itu tanpa dasar. Itulah sebabnya Buddha telah menyebut kehampaan kekosongan ini – SHUNYA (sunyi/suwung). Tidak ada akhir untuk itu. Setelah engkau tahu itu, engkau juga menjadi tak berujung, tak terbatas. Sulit untuk memiliki kilasan ini di saat terjaga. Maka ini menjadi mustahil, tentu saja, ketika engkau sedang tidur karena kemudian mekanismenya berfungsi, dan sulit untuk melepaskan diri dari mekanismenya. Tapi ada satu saat di malam hari dan di pagi hari saat lainnya - dalam dua puluh empat jam ada dua momen ini - ketika itu sangat mudah, tapi kita harus menunggu.

"DI SAAT TIDUR, KETIKA TIDUR BELUM DATANG DAN RASA TERJAGA DI LUAR MENGHILANG, DI TITIK INI KEBERADAAN TERUNGKAP." Lalu engkau tahu siapakah engkau, apakah keber-ada-anmu yang sesungguhnya, apakah keber-ada-an sejatimu. Kita adalah palsu saat kita terjaga, dan engkau tahu benar itu. Engkau adalah palsu saat engkau terjaga. Engkau tersenyum saat air mata akan lebih nyata. Air matamu juga tidak bisa dipercaya. Air mata mungkin hanya tampak luarnya, formalitas, satu kewajiban. Senyummu adalah palsu, dan mereka yang mempelajari wajah dapat mengatakan bahwa senyummu hanya senyum yang dilukis. Tidak ada akar di dalamnya; senyum itu hanya di wajahmu, hanya di bibirmu. Tidak ada tempat lain dalam keber-ada-anmu. Tidak ada akarnya, tidak ada anggota badan. Ini dipaksakan. Senyum itu tidak datang dari dalam ke luar; senyuman itu telah dipaksakan dari luar.

Apa pun yang engkau katakan dan apa pun yang engkau lakukan adalah palsu, dan itu belum tentu terjadi karena engkau melakukan kepalsuan hidup ini dengan sadar – belum tentu! Engkau mungkin benar-benar tidak menyadarinya - dan memang demikian! Jika tidak, akan sangat sulit untuk melakukan kebodohan palsu seperti ini terus menerus. Hal ini otomatis. Kepalsuan ini terus berlanjut selama engkau terjaga, dan itu berlanjut bahkan ketika engkau sedang tidur – dengan cara yang berbeda, tentu saja. Mimpi-mimpimu simbolik, tidak nyata. Ini mengejutkan bahwa bahkan dalam mimpi engkau juga tidak nyata, bahkan dalam mimpi engkau takut, dan engkau menciptakan simbol-simbol.

Saat ini psikoanalisis terus melakukan bisnis menganalisis mimpi-mimpimu. Mereka memiliki bisnis yang besar karena engkau tidak dapat menganalisis mimpi-mimpimu sendiri. Mimpi-mimpi adalah simbol, mereka tidak nyata. Mimpi-mimpi mengatakan sesuatu hanya dalam metafora. Jika engkau ingin membunuh ibumu dan menyingkirkannya, engkau tidak akan membunuhnya bahkan dalam mimpimu. Engkau akan membunuh orang lain yang terlihat seperti ibumu. Engkau akan membunuh bibimu atau orang lain, tapi tidak ibumu. Bahkan di dalam mimpi engkau tidak bisa menjadi nyata. Kemudian psikoanalisis diperlukan; seorang ahli diperlukan untuk menafsirkan - tetapi engkau mungkin menggambarkan keseluruhannya sedemikian rupa sehingga bahkan psikoanalisis pun tertipu.

Mimpimu juga benar-benar palsu. Jika engkau adalah nyata (sejati, apa adanya) ketika engkau terjaga, mimpimu akan menjadi nyata. Mimpi-mimpi itu tidak akan menjadi simbolis. Jika engkau ingin membunuh ibumu engkau akan bermimpi di mana engkau membunuh ibumu, dan tidak ada penafsir yang akan diperlukan untuk menunjukkan apa arti mimpimu. Tapi kita begitu palsu. Dalam mimpi engkau

sendirian, masih takut akan dunia dan masyarakat.

Untuk membunuh seorang ibu adalah dosa terbesar, dan aku bertanya-tanya apakah engkau pernah berpikir mengapa membunuh seorang ibu adalah dosa yang paling besar. Ini adalah dosa terbesar karena semua orang merasakan permusuhan yang mendalam terhadap ibunya. Ini adalah dosa terbesar, dan itu diajarkan, pikiranmu dikondisikan, bahkan untuk berpikir tentang melukai ibumu adalah dosa. Dia telah melahirkan engkau. Di seluruh dunia, dalam semua masyarakat, hal yang sama diajarkan. Tidak ada satu pun masyarakat di bumi yang tidak akan setuju dengan hal ini, bahwa membunuh seorang ibu adalah dosa terbesar. Dia telah melahirkanmu dan engkau mau membunuhnya?

Tapi mengapa ajaran ini? Jauh di dalam ada kemungkinan bahwa setiap orang bertentangan dengan ibunya karena keterpaksaan - karena ibu tidak hanya melahirkan engkau, dia juga adalah instrumen/alat yang memalsukan engkau; dia telah menjadi instrumen yang memaksa engkau untuk menjadi palsu. Dia telah membuat engkau menjadi apa pun engkau sekarang. Jika engkau adalah neraka, dia memiliki bagian di dalamnya, bagian terbesar. Jika engkau sengsara, ibumu ada di sana di suatu tempat, yang tersembunyi di dalammu karena ibumu telah melahirkanmu, ia membesarkanmu - atau, sesungguhnya, dia telah membawamu "turun" dari kenyataan dirimu. Dia telah memalsukanmu. Ketidak-benaran pertama terjadi antara engkau dan ibumu; kebohongan pertama terjadi antara engkau dan ibumu – kebohongan yang pertama!

Bahkan ketika tidak ada bahasa dan si anak tidak dapat berbicara, dia bisa berbohong. Anak itu cepat atau lambat menjadi sadar bahwa banyak dari perasaannya tidak disetujui oleh ibunya. Wajahnya, matanya, perilakunya, suasana hatinya, segala sesuatunya menunjukkan bahwa sesuatu dalam dirinya tidak diterima, dihargai. Kemudian dia mulai menahan/menekan. Sesuatu itu salah. Di sana tidak ada bahasa; pikirannya tidak berfungsi. Tapi seluruh tubuhnya mulai menekan. Lalu ia mulai merasa bahwa kadang-kadang sesuatu dihargai oleh ibunya. Dia tergantung pada ibunya, hidupnya tergantung pada ibunya. Jika ibu meninggalkan dia, ia akan mati. Seluruh keberadaannya berpusat pada ibunya.

Semuanya yang ditunjukkan, dilakukan, diucapkan, diperbuat ibunya adalah penting. Jika anak itu tersenyum, dan ibunya mencintainya dan memberinya kehangatan dan susu dan memeluknya, maka anak itu belajar berpolitik. Dia akan tersenyum walaupun tidak ada senyum dalam dirinya karena sekarang dia tahu dia bisa membujuk ibunya. Dia akan tersenyum senyum yang palsu. Kemudian pembohong itu lahir; politisi telah lahir. Sekarang dia tahu bagaimana memalsukan, dan ini ia

pelajari dalam hubungannya dengan ibunya. Ini adalah hubungan pertama dengan dunia. Ketika ia akan menyadari penderitaannya, nerakanya, kebingungannya, ia akan menemukan bahwa ibunya tersembunyi di suatu tempat di dalamnya.

Ada segala kemungkinan bahwa engkau mungkin merasakan permusuhan/pertentangan dengan ibumu. Itulah sebabnya setiap kebudayaan menegaskan bahwa itu adalah dosa terbesar untuk membunuh ibumu. Bahkan dalam pikiran, bahkan dalam mimpi, engkau tidak bisa membunuh ibumu. Aku tidak mengatakan bahwa engkau HARUS membunuhnya, aku hanya mengatakan bahwa mimpimu juga palsu - simbolik, tidak nyata. Engkau begitu palsu sehingga engkau bahkan tidak bisa bermimpi mimpi yang nyata.

Ada dua wajah palsu kita: satu ada saat engkau terjaga, satu ada saat engkau sedang tidur. Di antara kedua wajah palsu ini ada sebuah pintu yang sangat kecil, satu celah. Dalam celah itu engkau dapat memiliki sekilas wajah aslimu ketika engkau tidak terkait dengan ibumu, dan melalui ibu ke masyarakat; ketika engkau sendirian dengan dirimu sendiri; ketika ENKKAU ADA - bukan ini dan itu, tidak ada pembagian. Hanya ada yang nyata; tidak ada yang palsu. Engkau dapat memiliki sekilas wajah itu, wajah yang tidak bersalah di antara dua mekanisme tersebut.

Biasanya kita tidak peduli dengan mimpi, kita peduli dengan saat kita terjaga. Tapi psikoanalisis lebih peduli dengan mimpimu, tidak dengan waktu engkau terjaga, karena itu terasa bahwa sewaktu engkau terjaga, engkau adalah pembohong besar. Dalam mimpi sesuatu dapat ditangkap. Engkau kurang menyadari ketika engkau tidur, dan engkau tidak memaksakan sesuatu, engkau tidak memanipulasi. Kemudian sesuatu yang nyata bisa ditangkap. Engkau mungkin selibat, seorang biarawan sewaktu engkau terjaga, tetapi engkau telah menekan dorongan seks. Maka hal ini akan memaksakan seks menjadi mimpimu; mimpimu akan menjadi seksual. Sangat sulit untuk menemukan seorang biarawan yang tanpa mimpi seksual - sebetulnya, tidak mungkin. Engkau dapat menemukan penjahat tanpa mimpi seksual, tetapi engkau tidak dapat menemukan orang yang religius tanpa mimpi seksual. Orang gasang (yang suka sekali bersetubuh) mungkin tanpa mimpi seksual, tapi tidak dengan yang disebut orang suci, karena apa pun yang engkau pendam dengan paksa selama engkau terjaga akan meletus dalam mimpimu dan akan mewarnai mimpimu.

Psikoanalisis tidak peduli dengan kehidupan di saat terjaga karena mereka tahu itu benar-benar palsu. Jika sesuatu yang nyata yang bisa dilihat sekilas, itu bisa dilihat hanya melalui mimpimu. Tapi tantra mengatakan bahwa bahkan mimpi-mimpi itu tidak begitu nyata. Mimpi-mimpi lebih nyata - dan ini akan terlihat paradoks karena kita berpikir bahwa mimpi adalah palsu - mimpi-mimpi lebih nyata daripada saat engkau

terjaga karena engkau kurang waspada. Sensornya tertidur, dan segala sesuatunya bisa muncul ke permukaan, dan yang ditekan dapat mengekspresikan dirinya sendiri - tentu saja secara simbolis, tetapi simbol dapat dianalisis.

Dan di seluruh dunia simbol manusia adalah sama. Engkau dapat berbicara bahasa yang berbeda selagi engkau terjaga, tapi selagi bermimpi engkau berbicara bahasa yang sama. Di seluruh dunia bahasa mimpi adalah satu. Jika seks ditekan, maka simbol yang sama akan muncul. Jika dorongan untuk makanan, dorongan untuk makan, kelaparan, ditekan, maka simbol yang sama akan datang - atau yang serupa. Bahasa mimpi itu satu, tapi dalam mimpi masih ada masalah karena mimpi-mimpi adalah simbolis. Dan Freud mungkin menafsirkan mimpi-mimpi dengan cara yang berbeda, Jung dengan cara yang berbeda dan Adler juga dengan cara yang berbeda. Dan jika engkau dianalisis oleh seratus psikoanalisis, akan ada seratus penafsiran. Engkau akan lebih bingung daripada sebelumnya, lebih bingung dengan seratus penafsiran untuk satu hal.

Tantra mengatakan tidak selama terjaga maupun tidur engkau adalah nyata. Engkau hanya nyata di antara keduanya. Jadi jangan peduli dengan yang bangun, dan jangan peduli dengan bermimpi dan tidur. Pedulilah dengan celah; sadarlilah celah itu. Selagi melewati dari satu keadaan ke yang lain milikilah satu kilasan. Dan sekali engkau tahu kapan celah itu datang, engkau menjadi master/tuan darinya. Engkau memiliki kunci; engkau dapat membuka celah itu kapan saja dan masuk ke dalamnya. Sebuah dimensi yang berbeda dari keber-ada-an, dimensi yang sesungguhnya, terbuka.

Teknik keempat, dan yang terakhir:

"ILUSI-ILUSI MENIPU, WARNA-WARNA MEMBATASI, BAHKAN YANG TERBAGI-BAGI ITU TAK TERPISAHKAN."

Ini adalah teknik yang langka, salah satu yang tidak banyak digunakan, tapi salah satu guru terbesar di India, Shankara, telah menggunakannya, dan Shankara telah mendasarkan seluruh filsafatnya pada teknik ini. Engkau tahu filsafatnya tentang MAYA - ilusi. Shankara mengatakan semuanya adalah ilusi. Apapun yang engkau lihat, dengar, rasakan, semua adalah ilusi. Tidak nyata karena yang nyata tidak dapat dihubungkan dengan indera. Engkau sedang mendengarkan aku dan aku sedang melihat engkau sedang mendengarkan aku: ini mungkin hanya mimpi, dan tidak ada cara bagaimana untuk menilai apakah ini mimpi atau bukan. Aku mungkin hanya bermimpi bahwa engkau ada di sini mendengarkan aku. Bagaimana aku tahu bahwa ini adalah nyata dan bukan mimpi? Tidak ada caranya, tidak bisa.

Chuang Tzu dikisahkan telah berkata bahwa suatu malam ia bermimpi bahwa ia telah

menjadi kupu-kupu. Paginya ia menjadi sangat sedih - dan ia bukanlah seorang pria yang bisa bersedih, ia tidak pernah dikenal pernah sedih. Murid-muridnya berkumpul dan berkata, "Chuang Tzu, Guru, kenapa engkau begitu sedih?"

Chuang Tzu berkata, "Karena sebuah mimpi."

Para murid tertawa dan berkata, "Karena mimpi engkau menjadi sedih - engkau yang telah selalu mengajarkan kami untuk tidak bersedih bahkan jika seluruh dunia menyebabkan engkau bersedih? Dan hanya satu mimpi telah menyebabkan engkau bersedih? Apa yang sedang engkau bicarakan?"

Chuang Tzu berkata, "Ini adalah mimpi yang sedemikian sehingga menyebabkan kebingungan, kesedihan, kesengsaraan yang sangat, sangat dalam pada diriku. Aku bermimpi dalam mimpiku bahwa aku telah menjadi seekor kupu-kupu."

Para murid berkata, "Apa yang begitu membingungkan di dalamnya?"

Chuang Tzu berkata, "Sekarang ini adalah teka-tekinya: jika Chuang Tzu bisa bermimpi bahwa ia dapat menjadi kupu-kupu, mengapa tidak sebaliknya? Kupu-kupu mungkin bermimpi bahwa dia telah menjadi Chuang Tzu. Jadi sekarang aku terganggu. Apa yang benar dan apa yang salah? Apa yang nyata dan apa yang tidak nyata? Apakah ini Chuang Tzu yang bermimpi menjadi seekor kupu-kupu atau apakah kupu-kupu itu saat ini sedang tertidur dan bermimpi bahwa ia telah menjadi Chuang Tzu? Jika salah satu adalah mungkin, maka yang lainnya adalah mungkin." Dan dikatakan bahwa Chuang Tzu tidak pernah bisa mengatasi teka-teki ini. Teka-teki ini tetap tak terpecahkan selama seluruh hidupnya.

Bagaimana untuk memutuskan bahwa aku tidak dalam mimpi dan sedang berbicara dengan engkau? Bagaimana untuk memutuskan bahwa engkau tidak sedang bermimpi aku sedang berbicara? Dengan indera tidak ada keputusan yang mungkin, karena saat bermimpi, mimpi tampak nyata - senyata segala sesuatu. Ketika engkau bermimpi, engkau selalu merasa itu nyata. Ketika mimpi dapat dirasakan sebagai nyata, mengapa kenyataan tidak bisa dirasakan sebagai mimpi?

Shankara mengatakan dengan indera tidak ada kemungkinan untuk mengetahui apakah hal yang sedang engkau hadapi adalah nyata atau tidak nyata. Dan jika tidak ada kemungkinan untuk mengetahui apakah itu nyata atau tidak nyata, Shankara menyebutnya MAYA: itu adalah ilusi. Ilusi bukan berarti tidak nyata. Ilusi berarti mustahil untuk memutuskan apakah itu nyata atau tidak nyata - ingat ini.

Dalam bahasa Barat MAYA telah sangat salah diterjemahkan, dan itu memberikan perasaan dalam istilah barat bahwa "ilusi" berarti "tidak nyata." Ini tidak demikian! "Ilusi" berarti ketidakmampuan untuk memutuskan apakah hal ini nyata atau tidak nyata. Kebingungan ini adalah MAYA.

Seluruh dunia ini adalah MAYA, satu kebingungan. Engkau tidak dapat memutuskan; engkau tidak bisa pasti mengenai hal ini. Ia selalu melarikan diri darimu, selalu berubah, berubah menjadi sesuatu yang lain. Ini adalah fantasi, seperti mimpi.

Teknik ini berkaitan dengan filosofi ini. "ILUSI MENIPU:" atau, segala sesuatu yang menipu adalah ilusi - "WARNA-WARNA MEMBATASI, BAHKAN YANG TERBAGI-BAGI ITU TAK TERPISAHKAN:" Di dunia ilusi ini tidak ada yang pasti. Seluruh dunia ini adalah seperti pelangi. Mereka tampaknya demikian, tetapi mereka tidak. Jika engkau berada jauh mereka nyata, tetapi jika engkau datang lebih dekat mereka menghilang. Semakin dekat engkau datang, semakin mereka tidak nyata. Jika engkau mencapai titik di mana engkau telah melihat pelangi, pelangi itu tidak ada lagi di sana.

Seluruh dunia seperti warna pelangi, dan memang demikian. Ketika engkau berada sangat jauh semuanya penuh harapan; ketika engkau datang lebih dekat harapan menghilang. Dan ketika engkau mencapai tujuan, hanya abu yang ada di sana - hanya pelangi yang mati. Warna-warna telah menghilang, dan hal-hal tidak seperti yang terlihat. Begitu engkau merasakan mereka demikian, tetapi sesungguhnya tidak lah demikian.

"BAHKAN YANG TERBAGI-BAGI ITU TAK TERPISAHKAN:" Seluruh matematika-mu, seluruh sistem perhitunganmu, semua konsepmu, semua filosofimu, hanya menjadi sia-sia. Jika engkau mencoba untuk memahami ilusi ini, usahamu bahkan lebih membuatmu bingung. Tidak ada yang pasti di sini; semuanya tidak pasti - sebuah aliran, sebuah aliran dari perubahan, dengan tidak ada kemungkinan bagimu untuk memutuskan apakah ini atau itu benar atau palsu. Apa yang akan terjadi? Jika engkau mengambil sikap ini, apa yang akan terjadi? Jika engkau benar-benar melangkah masuk ke dalam sikap ini bahwa segala sesuatu yang tidak bisa diputuskan adalah ilusi, engkau akan secara otomatis, spontan beralih ke dirimu sendiri. Maka satu-satunya titik di mana engkau dapat memiliki pusat adalah dalam dirimu sendiri. Itu yang pasti.

Cobalah untuk memahami hal ini: Aku mungkin bermimpi di malam hari bahwa aku telah menjadi kupu-kupu, dan aku tidak bisa memutuskan dalam mimpi itu apakah ini nyata atau tidak nyata. Di pagi hari aku mungkin bingung seperti Chuang Tzu apakah sebagai gantinya kupu-kupu yang mungkin telah bermimpi. Ini adalah dua mimpi, dan

tidak ada cara untuk membandingkan mana yang nyata dan yang tidak nyata.

Tapi Chuang Tzu melewati satu hal – si pemimpi. Dia hanya memikirkan tentang mimpi, membandingkan mimpi dan melewati si pemimpi - sesuatu yang bermimpi bahwa Chuang Tzu telah menjadi kupu-kupu, sesuatu yang berpikir bahwa itu mungkin sebaliknya: bahwa kupu-kupu yang bermimpi bahwa dia telah menjadi Chuang Tzu. Siapakah pengamat ini, siapakah yang menyaksikan mimpi ini? Siapakah yang sedang tidur dan sekarang terjaga? Engkau mungkin tidak nyata, engkau mungkin adalah satu mimpi bagiku, tapi "aku" tidak bisa menjadi mimpi untuk diriku sendiri, karena bahkan agar mimpi itu ada, suatu pemimpi yang nyata dibutuhkan. Bahkan untuk mimpi yang palsu suatu pemimpi yang nyata dibutuhkan. Bahkan mimpi tidak bisa ada tanpa suatu pemimpi nyata. Jadi lupakanlah mimpi. Teknik ini mengatakan lupakanlah mimpi. Keseluruhan dunia adalah ilusi, tapi engkau tidak. Jadi jangan mengejar dunia, tidak ada kemungkinan untuk mendapatkan kepastian di sana. Dan sekarang ini tampaknya dibuktikan bahkan oleh penelitian ilmiah.

Selama tiga abad terakhir ilmu pengetahuan itu pasti, dan Shankara tampaknya menjadi hanya filosofis, puitis. Selama tiga abad ilmu pengetahuan itu pasti, tapi sekarang, selama dua dekade terakhir ini, ilmu pengetahuan telah menjadi tidak pasti. Sekarang para ilmuwan terbesar mengatakan tidak ada yang pasti, dan dengan materi kita tidak akan pernah pasti. Semuanya telah kembali menjadi tidak pasti. Semuanya tampak seperti aliran, berubah. Hanya penampilan terlihat pasti. Semakin dalam engkau pergi, semakin segalanya menjadi tidak pasti, tidak tentu. Shankara mengatakan, dan tantra selalu mengatakan, bahwa dunia adalah ilusi. Bahkan sebelum Shankara lahir, tantra telah mengajarkan satu teknik - bahwa seluruh dunia adalah ilusi, sehingga anggaplah itu sebagai mimpi. Jika engkau dapat menganggapnya sebagai mimpi - dan jika engkau berpikir tentang segalanya, engkau akan menyadarinya sebagai mimpi - maka seluruh fokus kesadaranmu akan beralih ke dalam, karena ada dorongan yang mendalam untuk menemukan kebenaran, yang nyata.

Jika seluruh dunia itu tidak nyata, maka tidak ada tempat berlindung di dalamnya. Maka engkau bergerak mengikuti bayangan, dan membuang-buang waktu dan kehidupan dan energi. Kemudian bergeraklah ke dalam. Satu hal yang pasti: "Aku ada." Bahkan jika seluruh dunia adalah ilusi, satu hal yang pasti: ada sesuatu yang tahu ini adalah ilusi. Pengetahuan mungkin adalah ilusi, yang diketahui mungkin ilusi, tetapi yang mengetahui tidak mungkin ilusi. Ini adalah kepastian satu-satunya, satu-satunya yang pasti, satu-satunya batu di mana engkau dapat berpijak.

Teknik ini mengatakan lihatlah dunia: ia adalah mimpi, ilusi, dan tidak ada yang seperti sebagaimana tampaknya. Itu hanya pelangi. Masuklah jauh ke dalam perasaan ini. Engkau akan terlempar kepada dirimu sendiri. Dengan datangnya ke diri sendiri itu, engkau datang ke sebuah kebenaran tertentu, ke sesuatu yang tidak bisa diragukan, yang mutlak.

Sains tidak pernah bisa mutlak. Sains akan menjadi relatif. Hanya agama yang bisa menjadi mutlak karena mencari yang bukan mimpi, ia mencari si pemimpi; bukan yang diamati, tapi pengamat, yang melihat, sesuatu yang terjaga, sadar.

OSHO Indonesia